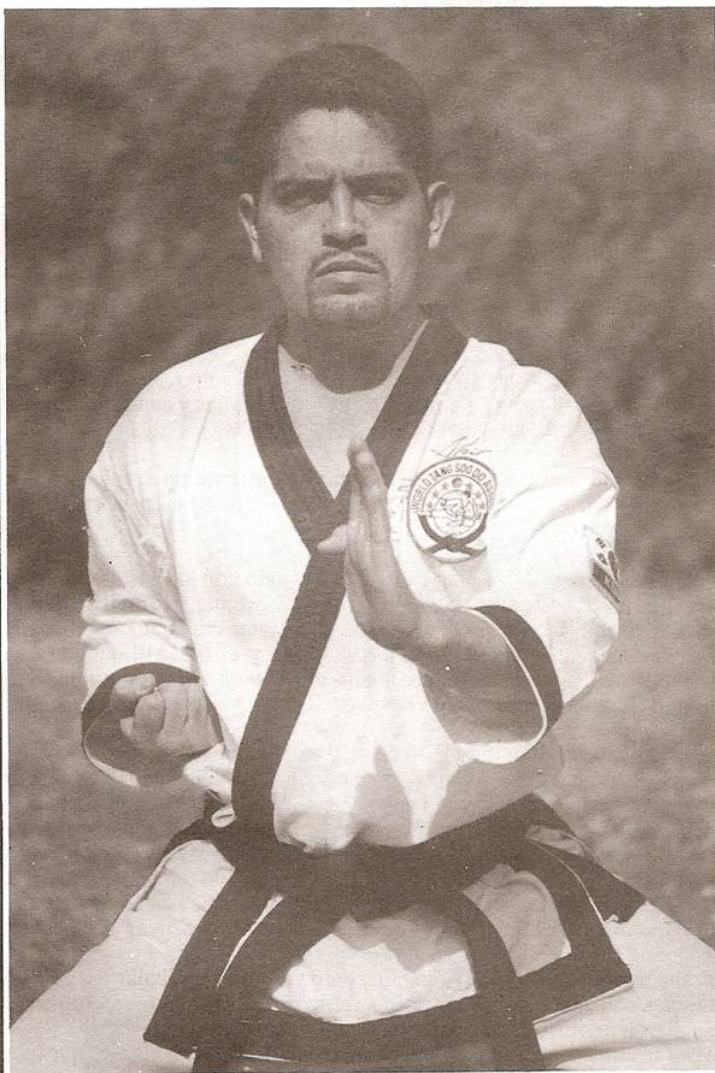


# KOANS

## PARADOJAS DEL ZEN



Prof. Luis Raúl Toledo

No importa de que estilo hablemos, una cosa tienen en común la mayoría de las artes marciales de origen chino, japonés o coreano, nos referimos al trasfondo espiritual, a la búsqueda de la paz interior por medio del entrenamiento arduo y la protección de nuestra propia integridad y de quienes nos rodean; pero aquí existe un cabo suelto, ya que la mayoría de nosotros dedicamos unos instantes en cada clase a lo que comúnmente se denomina meditación; tal vez algunos no lo sepan ya, pero la postura que adoptamos al hincarnos, generalmente al final de la clase, fue diseñada en su origen para la interiorización en torno al estrato más puro, inamovible e imperturbable de nuestra esencia como seres humanos, aquel que no puede ser descrito con palabras, solo experimentado como un aquí y ahora siempre renovable, siempre eterno, más allá de teorías intelectuales que solo confunden la intuición de nuestro verdadero ser. Cuando el conocimiento de nuestro YO es lo suficientemente profundo se dice que alcanzamos un estado de *iluminación*, en el sentido descrito por el **Budismo Zen** y he aquí el meollo del asunto, puesto que la mayoría de los sistemas de arte marcial creados en el oriente basaban su concepto de la meditación y la búsqueda personal en esta filosofía que no se centra en ninguna doctrina religiosa, ni siquiera en una concepción de Dios. Pese a lo singular de sus mecanismos de introspección, al **Budismo Zen** no se le puede definir fácilmente, ni existe una sola interpretación. Los hindúes expresan esta paradoja con una parábola: Un pez se encontró con otro pez y le preguntó: "Siempre he escuchado hablar sobre el mar pero ¿qué es?, ¿dónde está?" El otro pez le respondió: "Tu vives, te mueves y tienes tu ser en el mar. El mar está dentro de ti y fuera de ti; estás hecho del mar y terminarás en el mar. El mar te envuelve como tu propio ser". Hermosa metáfora, aunque tal vez podamos sacar una mejor conclusión basándonos en la concepción que apunta el sensei *Anzan Hoshin* en la obra *Cuatro Puentes de la Práctica Zen*:



Prof. Mario Ruiz

do, ¿De donde vienen y adonde van? Zen es entrar dentro de las cosas como son, más allá de un concepto y una cosmología, más allá de la separación y dualidad, más allá de la personalidad, dentro de la intimidad y riqueza de todo este momento.

“Zen es la práctica día a día y momento a momento de este momento. Es la transmisión de ti mismo hacia ti mismo en un linaje de maestro a maestro, cara a cara. Es una transmisión de mente a mente que abarca dos mil seiscientos años desde la remota China e India hasta nuestros días.”

Para llegar a la realización de semejante verdad inherente a nosotros mismos, existen algunos métodos diseñados desde hace



Prof. Luz María Terán

centurias para tal efecto, la mayoría basados en la observación de la propia respiración y hasta en la entonación de ciertos *mantras* (palabras o sonidos que producen efectos diversos en la psique de quien los repite mentalmente), la comprensión de la esencia del universo partiendo de un *vacío* que todo lo incluye, que todo lo crea desde su inmaterialidad, es denominado en el *argot* del budismo zen como *Satori* (iluminación) y a la co-

“Colores, formas, vistas, sonidos, gusto, olor, pensamientos: todos llegando y todos yendo

recta meditación que produce ese estado generalmente se le llama *zazen*. Necesario es señalar que, a diferencia, de la concepción ortodoxa de meditación que usualmente implica la visualización o el hecho de concentrar la mente alrededor de un concepto, idea o pensamiento abstracto, durante el verdadero *zazen* la mente se centra en un solo punto, se estabiliza y vacía al azar, libre de pensamientos externos, no se limita a permanecer sentado durante su práctica sino que se traslada dicho estado hacia todas las actividades cotidianas. Aunque parezca complejo, este es el origen, la raíz, que explica los períodos de meditación al finalizar y a veces al comenzar las clases de sistemas tradicionales de arte marcial, como es el caso del **Tang Soo Do**, estilo coreano que ha sido difundido por el mundo entero en diversas vertientes, una de las cuales lleva el nombre de **World Tang Soo Do Association**, con membresías en 39 países bajo el liderazgo del Maestro **Jae Chul Shin**, cinta negra 8º dan, su presidente y fundador. Uno de sus alumnos en México, el profesor **Luis Raúl Toledo**, recientemente ascendido al grado de cinta negra 3er Dan, se ha sentido motivado desde hace ya muchos años a escarbar más y más hondo en los preceptos filosóficos que dan razón de ser al Tang Soo Do. Aún cuando en la

mayoría de los casos las técnicas Zen de meditación han sido casi olvidadas en los salones de práctica y sea raro encontrar un lugar donde se practique esta tradición, el profesor **Luis Raúl Toledo** encargó el presente artículo a la redacción de *Katana* como un llamado a la reflexión de los exponentes de las artes marciales, señalándose la necesidad de rescatar esta búsqueda interior como valiosa en esta sociedad a punto de enfrentar un nuevo milenio salpicado por matices de redención y autodestrucción de la raza humana.

Fue durante la elaboración del presente artículo que decidimos ahondar en un aspecto aún menos conocido de este sendero hacia el interior de la conciencia que contempla la práctica del Zen: **Los Koans**. Pero vayamos por orden, ¿qué se entiende por este apelativo?

Podríamos definir los **Koans**, a riesgo de sonar un tanto *reduccionistas*, como una suerte de acertijos, o bien de paradojas, sin una respuesta lógica aparente, que los maestros



“La mente se centra en un solo punto...”

EL SENDERO INVISIBLE



"¿Cuál es el sonido de una sola mano al moverse?"

Zen plantean a sus discípulos para originar en ellos una especie de revolución mental que despierte en ellos su conciencia dormida. Existen muchas leyendas al respecto de los Koans, pero todas coinciden en señalar que bien estudiados, estos *acertijos imposibles* pueden llegar a producir el anhelado *Satori* en las mentes todavía cegadas por la ilusión de la materia y la dualidad.

A continuación reproduciremos para ustedes algunos Koans, maximas Zen y algunos otros pensamientos afines, ilustrados con imágenes de corte clásico que muestran a nuestro personaje de portada: **Luis Raúl Toledo**, así como a dos de sus alumnos de la técnica **Tang Soo Do**. Esperamos con todo esto promover en ustedes un sentido analítico que les invite a ahondar todavía más en el *sendero invisible* de las Artes Marciales.

Pon toda tu energía en resolver el siguiente acertijo, no permitas que nada te distraiga. Si logras realizar su *nada*, tu logro será como una vela que arde e ilumina el universo entero:

**¿Tiene un perro naturaleza Búdica?**  
Esta es la pregunta más seria de todas.  
Si contestas si o no,  
Perderás tu propia naturaleza Búdica.

*¿Controlado o no controlado?*  
*El mismo dado muestra dos caras.*  
*No controlado o controlado.*  
*Ambos son un lamentable error.*

*Uno no debería discutir acerca de un sueño  
Frente a una persona simple.  
¿Porqué Bodhidharma no tiene barba?  
¿Qué pregunta tan absurda!*

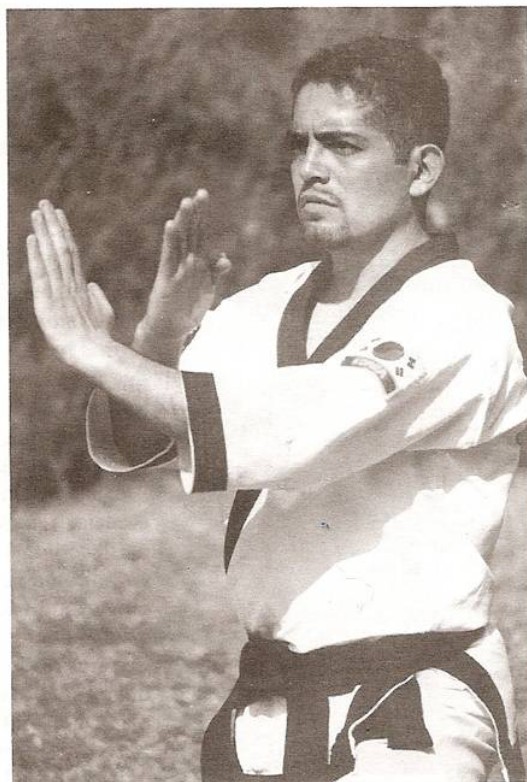
El Zen se asemeja a un hombre al borde de un precipicio aferrado con sus dientes a un árbol que pende sobre él. Sus manos no sujetan ninguna rama, sus pies no descansan sobre el tronco, y sobre el árbol otra persona le pregunta: ¿Porqué Bodhidharma llegó a China desde la India?

Si el hombre al borde del precipicio no contesta, entonces fallará, y si contesta caerá y perderá su vida. ¿Qué debería hacer?

**Es tan claro que es difícil entenderlo.**  
**En alguna ocasión un tonto buscaba fuego con una linterna iluminada.**  
**Si hubiese sabido donde estaba el fuego,**  
**Hubiera cocinado su arroz mucho antes.**

Este es el sonido de dos manos  
(sonido de un aplauso)  
Pero, ¿cuál es el sonido de una sola mano al moverse?

*La luz de los ojos es como un cometa,  
Y la actividad Zen es como un relámpago.*  
*La espada que mata al hombre  
Es la espada que salva al hombre*



"La Espada que mata al hombre es la misma que lo salva"

Zuigan se llamó así mismo un día: "Maestro."  
Entonces se contestó así mismo: "Sí señor."  
Y después añadió: "Ponte Sobrio."  
Nuevamente contestó: "Sí señor."  
Y después continuó, "No te dejes engañar por los demás"  
"Sí, señor; sí, señor". Contestó.

Nansen encontró a dos monjes peleando por un gato, entonces sujetó al felino y le dijo a los monjes: "Si alguno de ustedes dice lo correcto, el gato se salva."

Ninguno contestó, así que Nansen cortó en dos al gato a sangre fría.

Esa misma tarde Josú se encontró con Nansen y escuchó la historia del gato. Joshú se quitó las sandalias, puso estas sobre su cabeza y se marchó del lugar. Nansen dijo: "Si hubieras estado ahí, hubieras salvado al gato."

¿Por qué Joshu se puso las sandalias sobre la cabeza? El que no sepa responder, debería cuidar su propio pellejo...

Si los pies de la Iluminación se movieran, el gran océano se desbordaría;  
Si semejante cabeza se inclinara, miraría hacia abajo desde arriba de los cielos.  
Semejante cuerpo no tiene donde descansar...

Que otro continúe este poema...

No puedes describirlo, no puedes retratarlo,  
Puedes admirarlo, no puedes sentirlo.  
Es tu verdadero ser, no tiene donde esconderse.  
Cuando el mundo se haya destruido, tu ser no lo será.

Un monje le preguntó a Nansen: "Existe alguna enseñanza que algún maestro no haya predicado ya?"

Nansen respondió: "Sí, si existe."

"Cuál es", preguntó el monje.

Nansen respondió: "No es la mente, no es Buda, no son las cosas."

Nansen fue muy generoso y perdió su tesoro.

En verdad, las palabras no tienen poder.

Aún cuando la montaña se convierta en el mar,

Las palabras no pueden abrir la mente de otra persona.

Dos monjes discutían acerca de una bandera. Uno dijo: "La bandera se mueve."

El otro dijo: "El viento se está moviendo."

El sexto patriarca pasó por allí, los escuchó y les dijo: "No es el viento, no es la bandera; es la mente."

Comentario: ¿Qué quiso decir el sexto patriarca con esto? Si comprendes la esencia de esta historia, verás que los dos monjes estaban tratando de

comprar hierro para ganar oro. El sexto patriarca no aguantó ver a semejante par de necios y entonces se hizo de una ganga...

Viento, bandera, la mente moviéndose.

La misma comprensión.

Cuando la boca se abre

Todos están errados.

UN MONJE LE Dijo AL OTRO: "EL PEZ SE HA SALIDO DE LA RED, ¿CÓMO VIVIRÁ?" EL OTRO RESPONDIÓ: "CUANDO TÚ TE HAYAS SALIDO DE LA RED, TE LO DIRÉ."

Un discípulo le dijo al monje en jefe, "ayúdame a calmar mi mente", El monje en jefe le dijo, "tráeme tu mente aquí que yo la calmaré."

El estudiante dijo, "pero no se donde está mi mente". El monje respondió, "entonces ya te la he calmado."

Si te encuentras a una persona en el sendero, no lo saludes ni con palabras ni con silencio, pero entonces, ¿Cómo lo saludarás?

Dos santos se encontraban sobre un puente mirando un río. Uno le dijo al otro, "Quisiera ser un pez, son tan felices". El otro declaró, "¿Cómo puedes saber si un pez es feliz o no?, tú no eres un pez". El primero dijo entonces, "Pero tú no eres yo, así que ¿cómo puedes saber si se o no como siente un pez?"

La verdadera persona no es alguien en particular;  
Pero, igual que el color azul profundo del cielo sin límites,  
Es todos, en cualquier lugar del mundo.

**¡Golpea sobre el cielo y escucha el sonido!**

¿Cuál era tu rostro antes de que tu madre y tu padre nacieran?

Cuando un hombre ordinario obtiene conocimiento, se convierte en un sabio; cuando un sabio obtiene entendimiento, se convierte en un hombre ordinario.

**Aquel que es bueno disparando no le atina al centro del blanco.**

Seung Sahn solía decir, "Cuando estén comiendo, coman solamente. Cuando lean el periódico, solamente lean el periódico. No hagan otra cosa que lo que están haciendo."

Un día, cierto estudiante encontró a Seung Sahn leyendo el periódico mientras comía. El estudiante le preguntó entonces si no estaba contradiciendo sus enseñanzas. Seung Sahn, contestó: "Cuando comas y leas el periódico, simplemente come y lee el periódico."

